

**STRES KERJA PADA IBU *SINGLE PARENT***

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana (S-1)

Psikologi



Oleh:

**DEWI NOVITA SARI**

**F100140095**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2019**

**STRES KERJA PADA IBU *SINGLE PARENT***

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

**DEWI NOVITA SARI**  
**F 100 140 095**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**  
**2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**STRES KERJA PADA IBU *SINGLE PARENT***

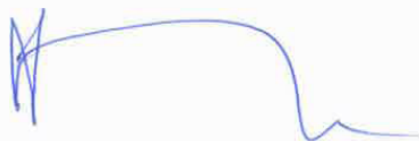
**SKRIPSI**

Diajukan oleh:

**DEWI NOVITA SARI**  
**F 100 140 095**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing



**Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog**  
**NIK/NIDN.838/0624067301**

## HALAMAN PENGESAHAN

### STRES KERJA PADA IBU *SINGLE PARENT*

Diajukan oleh:

**DEWI NOVITA SARI**

**F 100 140 095**

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari :

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog  
( Ketua Dewan Penguji )
2. Dr. Eny Purwandari, M.Si  
( Anggota I Dewan Penguji )
3. Permata Ashfi Raihana, S.Psi, MA  
( Anggota II Dewan Penguji )

(.....)

(.....)

(.....)

Dekan,



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog  
NIK/NIDN.838/0624067301

## SURAT PERNYATAAN

*Bismillahirrohmanirrohim*

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dewi Novita Sari

NIM : F 100 140 095

Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta


Judul : Stres Kerja Pada Ibu *Single Parent*

Menyatakan bahwa hasil karya ilmiah berupa skripsi ini adalah benar-benar karya saya pribadi dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti artikel publikasi ini adalah hasil plagiat, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Surat pernyataan ini merupakan tanggung jawab moral saya sebagai penulis/peneliti kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Surakarta, 25 Desember 2018

Yang menyatakan,

  
**DEWI NOVITA SARI**  
**F 100 140 095**

**VISI, MISI, DAN TUJUAN**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**VISI :**

Menjadi pusat pendidikan sarjana psikologi yang kompeten dan berkarakter sesuai  
risalah Islam dan budaya Indonesia.

**MISI :**

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang menguasai dan terampil mengaplikasikan dasar-dasar psikologi serta memiliki integritas sebagai ilmuwan psikologi.
2. Mengembangkan pusat penelitian psikologi Islam dan Indigenous yang menjadit rujukan nasional dan Asia.
3. Mengembangkan pusat layanan psikologi bagi masyarakat.

**TUJUAN :**

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang mandiri, jujur, kreatif, bertanggungjawab, dalam menerapkan dasar-dasar ilmu psikologi.
2. Meningkatkan kualitas dan kuantitas penelitian mahasiswa dan dosen tentang psikologi Islam dan Indigenous.
3. Meningkatkan peran aktif dosen dan mahasiswa dalam pelayanan psikologi bagi masyarakat.

## **MOTTO**

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum, sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”

(Q.S. Ar-Ra’d: 11)

“Kemandirian menciptakan keberhasilan yang memuaskan untuk hidup anda”

(Penulis)

“Siapa yang memberi petunjuk kejalan yang baik (dengan ilmunya) maka ia akan mendapat pahala seperti yang didapatkan oleh orang yang mengikutinya tanpa

kurang sedikitpun”

(H.R. Muslim)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, karya sederhana ini penulis persembahkan kepada :

♥ Ayah dan Ibu tersayang, almarhum mamak Sutini yang sangat menginginkan melihat penulis menjadi seorang sarjana, yang tidak pernah lupa selalu memanjatkan do'a disetiap sujud panjangnya untuk menjadikan penulis seorang yang beruntung dan selalu berbahagia, dan bapak Sumin yang selalu berdo'a dan bersabar serta selalu memberikan motivasi dan dukungan moril maupun materil kepada penulis. Terimakasih selalu mengorbankan segalanya demi memberikan yang terbaik untukku dan telah membimbing serta mendidiku hingga saat ini dengan penuh cinta dan kasih sayangmu yang begitu besar dan tak ternilai.



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh*

*Alhamdulillahirobbil'alamin*, puji dan syukur atas kehadiran ALLAH SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya. Sholawat serta salam penulis curahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. Skripsi dengan judul “Stres Kerja Pada Ibu *Single Parent*” yang merupakan syarat didapatkannya gelar Sarjana Psikologi akhirnya telah penulis selesaikan.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak yang memberikan inspirasi dan motivasi. Dengan segala hormat, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada pihak-pihak tersebut, diantaranya:

1. Bapak, terimakasih telah menjadi kuat dan sabar untuk anak-anakmu. Almarhum mamak tercinta, terimakasih telah menjadi suri tauladan bagi anakmu, Terimakasih untuk segala pengorbanan dan setiap waktu yang mamak curahkan untuk mendengar setiap keluh kesah hati anakmu ini.
2. Mas Anto dan mbak Ambar, mas ipar Rodi dan mbak ipar Tatik, serta Mimi Mia dan adek Daffa terimakasih telah memberikan dukungan dan semangatnya baik moril maupun materil untuk penulis.
3. Mbah Purwanto dan mbah Wihartati sebagai orang tua kedua penulis dikota Solo ini, yang menjadikan penulis seperti anak sendiri.
4. Mas Nanang yang selalu sabar memberikan semangat, dan dukungan.
5. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog., selaku dosen pembimbing serta Dekan Fakultas Psikologi UMS, yang telah berkenan meluangkan

waktu, sabar membimbing dan memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian demi menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Drs. Daliman, SU., selaku Pembimbing Akademik yang telah membimbing, memberikan banyak ilmu kepada penulis.
7. Seluruh dosen dan seluruh Staf Pengajar dan Staf Karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi UMS yang telah memberikan banyak ilmu.
8. Seluruh informan penelitian yang telah membantu dengan memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
9. Sahabat seperjuangan Devita, Irma, dan Rohma yang selalu menemani dan mengukir pengalaman-pengalaman indah bersama penulis.
10. Dewi Ambadrayang selalumemberi arahan, dan Ruriana yang berjuang menyelesaikan skripsi bersama dengan penulis. Dan sahabat-sahabat tercinta Dimas, Faris, Dyas, Prawesti, Melan, Adhi, Aindhav, Tika DA.
11. Teman-teman di Himpunan Mahasiswa Islam terkhusus AD II UMS, terimakasih telah menjadi teman yang lebih dari saudara.
12. Serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Berkat bantuan dan motivasi yang selalu diberikan kepada penulis, semoga Allah senantiasa melimpahkan segala ridha-Nya bagi kita semua.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh*

Surakarta, 25Desember 2018

Penulis,

**Dewi Novita Sari**  
**F 100 140 095**

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN DEPAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN .....	v
VISI, MISI, DAN TUJUAN. ....	vi
MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK.....	xvii
ASBTRACT.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Stress Kerja .....	12

1. Definisi Stres Kerja .....	12
2. Aspek Stres Kerja.....	14
3. Faktor-Faktor Stres Kerja.....	17
4. Dampak Stres Kerja .....	24
5. Bentuk <i>Coping</i> Stres.....	27
B. Ibu <i>Single Parent</i> .....	29
1. Definisi <i>Single Parent</i> .....	29
2. Peran Ganda Ibu <i>Single Parent</i> .....	30
3. Dampak yang Terjadi Pada Ibu <i>Single Parent</i> .....	35
4. Faktor yang Mendorong Perempuan Bekerja.....	36
C. Stress Kerja Pada Ibu <i>Single Parent</i> .....	39
D. Pertanyaan Penelitian .....	44
BAB III METODE PENELITIAN .....	45
A. Fokus Penelitian .....	45
B. Definisi Operasional.....	45
C. Informan Penelitian .....	46
D. Metode Pengumpulan Data .....	47
E. Keabsahan Data.....	49
F. Analisis Data .....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	53
A. Persiapan Penelitian .....	53
B. Pengumpulan Data .....	57
C. Hasil Penelitian .....	61

D. Pembahasan .....	87
BAB V PENUTUP.....	105
A. Kesimpulan.....	105
B. Saran.....	107
DAFTAR PUSTAKA .....	109
LAMPIRAN.....	112

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Panduan Wawancara .....	48
Tabel 2. Jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian.....	58
Tabel 3. Jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian.....	59
Tabel 4. Data demografi informan penelitian .....	60
Tabel 5. Data demografi keluarga informan penelitian .....	60

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 SkemaStres Kerja Informan 1 .....	62
Gambar 2SkemaStres Kerja Informan 2 .....	69
Gambar 3 SkemaStres Kerja Informan 3 .....	75
Gambar 4 SkemaStres Kerja Informan 4 .....	81
Gambar 5 Model Stres .....	88

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Guide Wawancara.....	113
Lampiran 2 Verbatim .....	115
Lampiran 3 Matriks.....	218
Lampiran 4 Permohonan Menjadi Responden.....	244
Lampiran 5 Informed Consent .....	245
Lampiran 6. Member Check .....	246



## ABSTRAK

Stres kerja yang terjadi pada ibu *single parent*. Hal tersebut terjadi dikarenakan adanya ketidak seimbangan antara pekerjaan dan urusan keluarga, dengan tidak adanya seorang kepala rumah tangga mengharuskan seorang ibu *single parent* mengemban semua tugas, dari menjadi kepala rumah tangga untuk bekerja semaksimal mungkin dalam menafkahi keluarga dan disisi lain seorang ibu diharapkan dapat selalu memperhatikan keluarga. Sehingga mengharuskan seorang ibu *single parent* diharapkan dapat membagi waktu dalam bekerja maupun dalam mengurus rumah dan anak-anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dinamika stres kerja pada ibu *single parent*. Informan dalam penelitian ini berjumlah 8 orang, 4 orang diantaranya sebagai informan utama dan 4 orang lainnya sebagai informan pendukung. Penelitian ini menggunakan pedekatan kualitatif. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui jika dinamika stres kerja pada ibu *single parent* dilihat dengan banyaknya tuntutan peran yang mengharuskan seorang ibu *single parent* bekerja dan mengurus keluarga. Terutama anak yang menjadikan ibu *single parent* bekerja membanting tulang demi kelangsungan masa depan anak-anak. Dan bagaimana lingkungan memandang status seorang *single parent*. Berkaitan dengan faktor yang mempengaruhi perilaku stres kerja adalah karena faktor lingkungan, organisasi, dan pribadi.

**Kata Kunci:** *stres kerja, single parent, single mother*

## **ABSTRACT**

This study aims to describe the dynamics of work stress in single mothers. The informants in this study were 8 people, 4 of them as the main informants and 4 others as supporting informants. This study uses a qualitative method with phenomenology approach. The data collection method used in this study is a semi-structured interview. The analysis technique used is descriptive analysis. Based on the results of this study, it is known that the dynamics of work stress in single mothers is seen by the many role demands that require a single parent to work and take care of the family. Especially children who make single mothers work slamming for the sake of children's future survival. How the environment views the status of a single parent. Related to factors that influence work stress behavior are due to environmental, organizational, and personal factors. So that forms of work stress behavior in individuals include eating patterns change, self blame, busy themselves with work, insomnia, irritability, and not focus on work. The impact of work stress behavior on individuals, among others, individuals feel no enthusiasm for work, aches, weakness, headaches, workplace accidents, fatigue, high blood pressure, and mental stress.

**Key Word :** work stress, single parent, single mother